12 IV 39 CENA 25 GR

SPORT POLSKI



ROK III TYGODNIK Nr 15



Wiosna idzie!

W NUMERZE:



SPORTOWCY NA FUNDUSZ OBRONY NARODOWEJ

Fantastyczne tempo, w jakim wpływają ofiary na FON i subskrypcja na Pożyczkę Obrony Przeciwlotniczej zadziwiło cały świat. Żywiołowa siła, z jaką społeczeństwo polskie zamanifestowało swój patriotyzm, swoją gotowość do największych ofiar dla Ojczyzny, niezłomną wolę przeciwstawienia się wszelkim zakusom na jej całość i godność — zjednała nam wielu nowych przyjaciół, pomnożyła przez wielokroć znaczenie Polski w polityce międzynarodowej.

Najwięcej waży w życiu ten, kto na szalę rzucić może stal miecza i stal charakteru.

W wyścigu ofiarności, który zrównał i zjednoczył wszystkich Polaków, nie zbrakło, rzecz jasna, i świata sportowego. Kluby sportowe, tak biedne, z takim trudem związujące koniec z końcem, z tak niezmiernym wysiłkiem dociągające do poziomu wegetacji — zapomniały o niezliczonych a dokuczliwych „dziurach do załatania", niosąc każdy swą daninę, swój od ust odjęty kawałek — aby twardszy stał się pancerz Najjaśniejszej Rzeczypospolitej.

Na wyraźne podkreślenie zasługuje fakt, iż listę organizacyj sportowych, składających ofiary na dozbrojenie armii, otworzył Robotniczy Klub Sportowy „Skra", hołdujący zasadniczo ideologii, którą zwykli jesteśmy określać jako „pacyfistyczną". Stwierdził on swym czynem dobitnie, że ukochanie pokoju nie jest równoznaczne z biernością i słabością, że nie ma wśród Polaków nikogo ktoby nie uważał, że w chwili obecnej najpewniejszym gwarantem pokoju jest siła zbrojna, i że pod tym względem wszystkie środowiska i ugrupowania społeczne są w naszym kraju całkowicie jednomyślne.

Okoliczność, iż świat sportowy w dzisiejszej „chwili osobliwej" zdał egzamin na piątkę — może nas napawać słuszną dumą. Podsuwa jednak i szereg myśli, szereg wniosków natury ogólniejszej.

Czy troska o materialne i moralne dozbrojenie występować winna jeno w momentach wyjątkowych, czy też winna być stała i ciągła? Czy w chwilach „historycznych" działalność organizacyj sportowych nie powinna doznawać jedynie większego nasilenia, a nie zmiany kierunku? Czy więc cała ich praca w atmosferze niezamąconego spokoju nie powinna być nacechowana stałą pamięcią o możliwej potrzebie wojennej? Czy krzewienie ducha żołnierskiego nie powinno być zawsze i wszędzie jednym z kardynalnych punktów programu wychowawczego klubów sportowych?

Jest nim, oczywiście, poniekąd z samej natury rzeczy, jako że duch sportowy duch ofiarnej i wytrwałej walki o zwycięstwo z tego samego źródła wypływa. Nie mniej, aż nazbyt często hartujące wpływy wychowawcze wynikają z samej istoty sportu, niezależnie od woli i chęci sportowych kierowników, a nie z ich świadomego, umyślnego zamiaru ich wykorzystania. Nie ujęte w karby przemyślanego, celowego planu, systematycznie przeprowadzanego działania wychowawczego, odnoszą skutek mniejszy i w znacznym stopniu uzależniony od przypadku.

Dlatego, jeśli polski świat sportowy zdał — powtórzmy to raz jeszcze z całym naciskiem — egzamin na piątkę, wynika to w znacznie większym stopniu z tego powodu, iż członkowie naszych klubów byli od dziecka Polakami, niż z tego, że kluby ich dobrymi Polakami uczyniły. Organizacje sportowe pewnego kraju, z którym do niedawna Polska sąsiadowała, pod względem technicznym pracowały doskonale, osiągnęły wysoki poziom sportowy, a jednak nie zdobyły się w decydującej dla ich kraju chwili — na nic!

Winno to być dla naszych klubów przestrogą. Zdając sobie sprawę z ciążącej na nich odpowiedzialności wychowawczej i z warunków politycznych doby współczesnej, muszą one dążyć do tego, by nie tylko urabiać dla Polski dzielnych, zdrowych ludzi, ale — wpajać swym wychowankom zdecydowanego ducha żołnierskiego.

To będzie ich największą, najcenniejszą ofiarą na FON.

PSYCHOLOGIA KATASTROF GÓRSKICH

Nieszczęśliwe wypadki w sporcie zwykło się dzielić na **zawinione i niezawinione.** Podział ten, oczywiście, jak każdy podobny podział nie może mieć pretensji do zbytniej ścisłości, a granica między jedną a drugą klasą jest mglista i w znacznym stopniu dowolna. Inny podobny podział stanowi rozróżnianie niebezpieczeństw obiektywnych i subiektywnych, przy czym za te pierwsze uważa się w górach ukształtowanie terenu i warunki klimatyczne.

O ile pierwszy podział psychologicznie posiada pewne uzasadnienia, o tyle drugi jest wyraźnie niepsychologiczny: dla psychologii **każde niebezpieczeństwo jest subiektywne.** Co więcej, niebezpieczeństwo samo w sobie jest w ogóle fikcją, występuje bowiem dopiero względem kogoś, a „obiektywnie" można mówić tylko o **warunkach sprzyjających.** W tych samych warunkach sprzyjających niebezpieczeństwo dla jednego jest większe, dla drugiego mniejsze, zależnie od zręczności, opanowania, wiedzy, wytrzymałości jednostki. I tak np., zaliczana zazwyczaj do niebezpieczeństw subiektywnych powietrzność czyli ekspozycja, stanowi całkiem obiektywny warunek „sprzyjający", nie tylko dlatego, że stwarza możliwość dotkliwego upadku, ale przede wszystkim przez wpływ na psychikę. Każdy człowiek wykazuje w większym lub mniejszym stopniu wrażliwość na ekspozycję, a stopień zależy od najprzeróżniejszych czynników, takich jak obycie, nastrój etc.

Ogólnymi przyczynami wypadków zawinionych są: nieznajomość gór, brak zaprawy i przygotowania technicznego, oraz moralna ułomność charakteru, a są to wszystko czynniki psychologicznie bardzo „gruboskórne" i przeto mało ciekawe. Dlatego też jaskrawe przykłady zawinionych katastrof są na ogół mało pouczające, podczas gdy katastrofa będąca **pozornie** zupełnym przypadkiem kryje w sobie nieraz misterny splot psychicznych przyczyn.

Dla lepszego zrozumienia mechanizmu psychicznego nieszczęśliwego wypadku w górach zastanówmy się nad nastawieniem, z którym taternik podchodzi do gór, oraz jego bezpośrednimi skutkami.

Są dwie możliwości: albo odczuwa on niebezpieczeństwo, bez względu na to czy się temu odczuwaniu poddaje czy nie, czyli czy ma postawę tchórza czy człowieka odważnego, albo nie odczuwa.

W pierwszym przypadku na początku wspinaczki występuje u niego **stan nerwowości,** który może kulminować w gwałtownym strachu lub histerii. zawsze jednak prowadzi do pewnego podniecenia mniej lub więcej nieprzyjemnego. Bardzo często u wejścia w skałę opanowuje ludzi gwałtowne ziewanie, a będące wyrazem nagłego znużenia, powstałego z napięcia nerwów i wysiłku woli dla opanowania strachu. Innym, równie częstym, zjawiskiem jest nienaturalna wesołość, która służy do sparaliżowania uczucia lęku. Nieraz widziałem ludzi, drżących na całym ciele, przed rozpoczęciem jakiejś szczególnie trudnej partii. Nie jest to koniecznie wyrazem strachu w zwykłym tego słowa znaczeniu, zawsze jednak znamionuje silne podniecenie. Skądinąd drżenie członków spowodowane być może i czysto fizycznymi przyczynami, takimi jak zziębnięcie lub długotrwałe napięcie mięśni w niewygodnej pozycji, ale i tu element podniecenia odgrywa pewną rolę.

Ten stan rzeczy prowadzi do dwóch, krańcowo przeciwnych sposobów zachowania się, występujących u różnych osób, a nieraz i u tej samej osoby w różnych okolicznościach: nadmiernej rozwagi lub lekkomyślności. Rzecz ciekawa, że właśnie ta druga jest najczęściej **wyrazem gwałtownego strachu.** Obydwie, zresztą, są równie niebezpieczne.

Pierwsza wyraża się w wielokrotnym obmacywaniu tych samych chwytów i czynieniu bezowocnych prób, po których wciąż wraca się w to samo miejsce z braku decyzji. Grozi to wyczerpaniem przez długotrwałe pozostawanie w męczącej, niewygodnej pozycji, które może łatwo prowadzić do odpadnięcia. Nadto zaś zwolnienie tempa marszu przedłuża czas wspinaczki, wystawiając taterników na różne przypadkowości zmiennej pogody, a przede wszystkim na trud niezamierzonego biwaku.

Lekkomyślność, będąca wynikiem mniej więcej takiego rozumowania: „Psia krew, ciężko, trzeba prędzej, bo dłużej nie wytrzymam" — po czym zamyka się moralnie oczy i wali się w górę czy na dół, występuje przy słabej wytrzymałości nerwowej. Ewidentnym niebezpieczeństwem, które grozi w takim razie, jest nieumiejętne wykorzystanie istniejących chwytów, niesprawdzenie ich pewności, szybkie ruchy, nie liczące się z oporem liny, wreszcie wpakowanie się w „położenie bez wyjścia".

Zresztą, ten rodzaj zachowania się może wystąpić nawet równolegle z poprzednim, zwłaszcza w miejscach trudniejszych. W istocie podobna tendencja występuje zawsze, skoro stajemy oko w oko z niebezpieczeństwem, i trzeba **świadomego wysiłku woli** dla jej opanowania. Ludzie o słabej woli wykazują stałą tendencję do **pośpiechu** kosztem zbytecznego narażania się. Dlatego nie należy ufać wspinaczom posuwającym się zbyt szybko. Nie ulega wątpliwości, że tempo wymaga wprawy, ale



W ścianie.

nadmiar tempa jest zawsze oznaką postępowania na chybił trafił. Systematyczne jednostajne posuwanie się w trudnym terenie jest dowodem znacznie wyższej sprawności.

Przy wspinaczce pośpiesznej trudno jest znaleźć i odpowiednio wykorzystać chwyty, ma się tendencję do zbytniego zawierzania tarciu ubrania, oraz pokonywania trudności „na siłę“, co jest zarówno najmniej eleganckim, jak najmniej skutecznym sposobem. Nadto, zwłaszcza u początkujących, zjawia się zgubny instynkt przylegania do skały, co na płytach, oraz miejscach ubogich w chwyty jest nad wyraz niefortunne.

Ten początkowy nastrój w miarę pomyślnej wspinaczki ulega zmianie. Stałe powtarzanie się niebezpiecznych sytuacyj tego samego rodzaju bez żadnej szkody dla organizmu usypia stopniowo czujność instynktu samozachowawczego, a łączące się z tym wyzwolenie z pierwotnego uczucia strachu czy nerwowego przygnębienia staje się źródłem przyjemnego stanu lekkości — wydaje się, że „nagle skrzydła wyrastają u ramion“. Jest to ów „narkotyk gór“, a chęć doznawania znowu i znowu przyjemnego tego stanu jest istotną pobudką sportu wspinaczego. W parze z tym idzie skłonność do lekceważenia trudności — **subiektywna obniżka skali.** Tymczasem jednak wyczerpanie pod wpływem długotrwałego wysiłku mięśni, oraz napięcia uwagi rośnie pod pokrywą przyjemnego nastroju. Zjawia się niedbalstwo w asekuracji: asekurujący zapomina nieraz w ogóle o tym, że asekuruje, a obcy tok myśli wdziera się do zmęczonego umysłu. Zmniejsza się jasność i sprawność apercepcji — mózg nie wiąże w całość spostrzeganych szczegółów: ułożenie chwytów na skale w logiczną „drogę“ taternicką sprawia dużą trudność. A gdy się ostatecznie powiedzie, łatwo zapomina się ułożonej poprzednio kolejności ruchów. Z reguły zatraca się w tym stadium zupełnie odczucie powietrzności. Bardzo silnie występuje to przy długotrwałych wspinaczkach o trudnym początku, a względnie łatwym zakończeniu.

Wyraźnym przykładem katastrofy o podobnym podłożu jest śmierć Miss Ruth Hale na Cubrynie w 1937-ym roku. Zresztą olbrzymia większość wypadków taternickich zdarza się pod wpływem opisanych wyżej czynników. Dlatego też szczególnie niebezpieczne jest posuwanie się bez zabezpieczenia linowego lub, jak to się fachowo określa, „z liną w zębach“ w łatwym, lecz eksponowanym terenie **bezpośrednio po pokonaniu trudnej partii.**

Pomiędzy poszczególną wycieczką a karierą taternika, a nawet w ogóle historią taternictwa, zachodzi duże podobieństwo, dające się porównać z zestawieniem onto- i filo-genezy w rozwoju organizmów żywych.

Początkowo „adept“ podchodzi do gór najczęściej z należnym szacunkiem i w pełni odczuwa ich niebezpieczeństwa; jest z reguły bardzo ostrożny, choć może w sposób nader nieumiejętny, a nawet niebezpieczny. Z chwilą jednak, gdy szereg pomyślnych wypraw stanie się dlań niezbitym dowodem, że „nie taki diabeł straszny“, traci dla nich wszelki respekt. Rzuca się wtedy na oślep na „wielkie“ zadania, a, nie mając dość wprawy, nie może dać sobie z nimi rady. W tej to właśnie fazie zżywania się z górami różni „bohaterowie“ mają zwyczaj ginąć samotnie w ścianie Giewontu, jak to np. uczynił Stefan Tomczykiewicz w lipcu 1932 roku, lub jakimś innym zbliżonym terenie. Takie „wyzwolenie ze strachu“ przedstawia masę rozmaitych odmian i stopni natężenia, szczególnie groźne jest, gdy odbywa się z czyjąś nierozważną pomocą. Następuje wtedy zbyt szybko, a sytuację pogarsza mimowolne utożsamienie cudzych kwalifikacyj z własnymi. Wielka ilość tatrzańskich katastrof, że wspomnę choćby o siostrach Skotnicównach, da się sprowadzić właśnie do tego źródła.

Człowiek, który **nie odczuwa niebezpieczeństwa** gór, bądź to przebywa omówioną powyżej fazę „wyzwolenia“, bądź to po prostu ma o górach słabe pojęcie i **nie wie** gdzie i co mu może grozić (zdumiewającą jest rzeczą jak wielu takich turystów się spotyka), bądź to wreszcie przez wrodzony brak wyobraźni nie może sobie jasno uzmysłowić natury sytuacji, co wytwarza pewien rodzaj „mechanicznej“ odwagi.

Obojętne z którego z tych trzech źródeł płynie niezdawanie sobie sprawy z niebezpieczeństwa czy też jego lekceważenie, zawsze zachodzi możliwość, że w pewnej chwili z tych czy innych powodów **nagle** cała groza sytuacji dojdzie do świadomości turysty. Występuje wtedy gwałtowne przerażenie, którego siłę potęguje kontrast z poprzednim poczuciem bezpieczeństwa — **panika** paraliżuje zdolność celowego działania. W tych okolicznościach pojawia się nieraz skłonność do czynów etycznie niskich (porzucania towarzysza na łaskę losu itp.), postępków nierozważnych lub ryzykownych, przede wszystkim zaś znika pewność siebie. Dlatego też plonem tego nastawienia jest wielka seria różnorodnych „zatkań“ i zabłądzeń.

Lecz zatkanie się przy wchodzeniu do góry nie jest jeszcze najgroźniejszym skutkiem, ponieważ nastawienie to cechuje głównie początkujących, a teren ich wyczynów z braku wprawy rzadko bywa zbyt „jadowity“. Gorsza jest namiętna skłonność niektórych umysłów do **skracania drogi.** I tak, widząc, że dolina znajduje się tuż u ich stóp, co jest niezbitym dowodem stromości terenu, walą, nie pytając o drogę i spadają w pierwszym trudniejszym miejscu, resztę zaś ujmuje w swoje ręce chirurg lub zakład pogrzebowy. Widownią szczególnie częstych wypadków tego typu są w Tatrach Czerwone Wierchy. Za przykład może służyć także niefortunna próba Koernera i Kowadły zejścia ze szczytu Kościelca wprost do Czarnego Stawu, która zakończyła się śmiercią pierwszego z nich, a zatkaniem się drugiego — turyści ci o taternictwie nie mieli pojęcia.

Bez względu na to z jakim nastawieniem wspinacz wyrusza w drogę, końcowe stany psychiczne są bardzo zbliżone, tak że nie wymagają osobnego omówienia. Warto natomiast rozpatrzeć niektóre inne czynniki, wybiegające poza ramy poprzedniego ujęcia.

Bardzo ważnym czynnikiem katastrof górskich są psychiczne skutki nagłego wyczerpania pod wpływem **utraty ciepła.** Zdarza się to przede wszystkim zimą, ale i porą letnią przy wichrze, deszczu lub zawierusze śnieżnej jest zjawiskiem częstym. Powodem takiego nagłego wyczerpania mogą być także **głód zwykły lub tlenowy**

albo choroba górska (por. artykuł dr A. Sokołowskiego: „Z zagadnień higieny w taternictwie współczesnym“, „Taternik, rok XVII, zesz. 3—4, oraz mój artykuł: „Choroba górska i pobyt na wielkich wysokościach“, „Turysta w Polsce“, rok 1931, nr 9).

Nagłe wyczerpanie staje się źródłem nastrojów melancholijnych, skłonności do przewidywań ponurych, zaniku woli zwycięstwa i wytrwałości, a w ostatecznej fazie prowadzi do nastawienia „biernie samobójczego“ — obojętne, co się stanie, wszelki wysiłek jest daremny, a przeto i zbyteczny. Określa się to zwykle mianem „załamania psychicznego“. Noc i mgła stanowią warunki sprzyjające załamaniu.

Ciekawe, że nieraz spożycie niewielkiej ilości smacznego i łatwo strawnego pokarmu, przede wszystkim **słodyczy**, usuwa niemal momentalnie „załamanie psychiczne“.

Mniej znane jest inne zjawisko, które obserwowałem u siebie i znam z opowiadań innych. Określiłbym je jako nastawienie „czynnie samobójcze“. Nawet przy silnej woli wytrwania i wierze w zwycięstwo, gdy walka pod wpływem wyczerpania staje się ponad siły, zjawia się patologiczne **podświadome życzenie położenia jej kresu** za wszelką cenę, choćby kosztem śmierci. Życzenie to może stać się tak natrętne, że trudno mu się oprzeć, a przypuszczać należy, że stało się przyczyną niejednej katastrofy.

Wielki wpływ wywiera ogólny nastrój wyprawy, który może potęgować lub osłabiać niebezpieczne czynniki psychiczne.

Na ogół trudno jest wprowadzić tu jakikolwiek ogólny schemat, lecz już sam teren przedstawia zupełnie obiektywne warunki, które sprzyjają takiemu czy innemu tokowi wyobrażeń i uczuć, stwarzających ogólny podkład uczuciowy. Tak np. świadomość tego, że pokonywane przejście górskie było widownią **minionych tragedyj** ma duży wpływ na podkład psychiczny, nadając mu cechy ponurości i fatalizmu. Przypuszczać należy, że katastrofa wyprawy niemieckiej 1937 r. na Nanga Parbat w Karakorum tkwi w znacznej mierze korzeniami w katastrofie, która spotkała poprzednią ekspedycję. A jeżeli dojdzie do skutku nowa próba zdobycia tego samego szczytu, historia minionych zdarzeń będzie ciążyła nad nią, jak złowieszcze fatum.

Są w górach miejsca szczególnie uroczyste lub złowróżbne, które sprzyjają powstawaniu nastrojów ponurych. Pułkownik T. E. Lawrence, opisując góry Arabii w książce „Revolt in the Desert“, mówi, że „tkwi w nich coś czynnie złego“. Określenie to dałoby się z powodzeniem zastosować do otoczenia Pustej Dolinki w Tatrach, a jestem zdania, że nastrój niemej grozy, który się nad nią unosi, stanowi istotny składnik „obiektywnych“ trudności południowej ściany Zamarłej Turni.



Na grani Fajch. Fot. W. A. Firsoff.

Edward Whymper stwierdza zupełnie słusznie, że „samotność czyni wspinacza obserwatorem” (Berg- und Gletscherfahrten, przekład niemiecki). Samotny człowiek w górach staje się czujnym seismografem zjawisk otoczenia, ale równolegle potęguje się jego reakcja uczuciowa na te zjawiska, a brak hamującego, krytycznego sprawdzianu umysłowości towarzysza prowadzi łatwo do bardzo intensywnych stanów uczuciowych. Niebezpieczeństwo wypraw **samotnych** tkwi nie tylko w tym, że nie ma kto udzielić nam w razie potrzeby pierwszej pomocy, nie tylko w uniemożliwieniu lub daleko idącym ograniczeniu celowego posługiwania się liną, lecz także w zmniejszeniu odporności psychicznej. W samotności o wiele łatwiej o załamanie psychiczne, a przeto i o wypadek.

Omawiałem tu katastrofy przede wszystkim ściśle taternickie, ale już zwykła wycieczka górska przedstawia na mniejszą skalę te same możliwości, a wypowiedziane tu uwagi, choć zostały przeważnie wysnute z zachowania się ludzi podczas wspinaczki, mają zastosowanie i do zwykłej „szarej“ turystyki. Wypadki narciarskie, o ile mamy na względzie narciarstwo górskie uprawiane turystycznie, też nie wykazują pod względem psychicznym żadnych specjalnych cech, co najwyżej pewne przegrupowanie czynników i zmianę ich procentowej doniosłości.

W. A. Firsoff



BIEGI NA PRZEŁAJ W ANGLII

Lekka atletyka angielska zajmuje czołowe miejsce na świecie. Jednak poziom poszczególnych konkurencyj lekkoatletycznych w Anglii jest bardzo nierówny. Siła lekkiej atletyki angielskiej leży przede wszystkim w jej doskonałych biegaczach. W biegach Anglicy zdobyli już niejedno mistrzostwo olimpijskie, i dziś posiadają biegaczy, którzy należą do czołowej klasy światowej. Z obecnych nazwisk angielskich biegaczy wystarczy wspomnieć chociażby Woodersona, Browna czy Holmesa. Z dawnych, jeszcze z ubiegłego stulecia, W. C. George'a, który w roku 1886 przebiegł 1 milę angielską (1609 m) w 4:12,8, podczas gdy obecny rekord świata należący również do Anglika Woodersona wynosi 4:06,4, później słynnego Schrubba, którego rekordy świata na dystansach długich, dopiero przed dwoma laty zostały poprawione przez Finów Salminena i Iso-Hollo. Anglicy wygrywali biegi na wszystkich Olimpiadach i na wszystkich dystansach, ale ich domeną poniekąd były biegi średnie. Dosyć powiedzieć, że bieg 800 m wygrali Anglicy 6 razy (na 10 Olimpiadach), w tym 2 razy przez jednego biegacza Love, bieg 1.500 m — 4 razy. Warto podkreślić, że na Olimpiadzie w Berlinie drużyna angielska wygrała sztafetę 4 razy 400 m, pomimo, iż Amerykanie uchodzili za 100 procentowych faworytów. Wysoki poziom biegów i zainteresowanie biegami w Anglii datuje się od bardzo dawna, jednak już w ubiegłym stuleciu zainteresowania te zostały ujęte w pewne ramy, które zapewniły i utrwaliły dalszy rozwój tego naturalnego sportu.

BIEGI NA PRZEŁAJ PODSTAWĄ WYNIKÓW

Tym czynnikiem zapewniającym niesłabnące zainteresowanie biegami i stwarzającym racjonalne podstawy zaprawy biegowej, były biegi na przełaj. Już sama nazwa „cross-country" — na przełaj wskazuje wyraźnie, że ojczyzną biegów na przełaj jest Anglia. Pierwszy bieg na przełaj odbył się w Anglii w roku 1868 i w tymże roku powstał pierwszy klub Harriers („myśliwych psów"), który za cel sobie powziął uprawianie biegów terenowych. Harriers z roku 1868 jest prototypem dziś na terenie całej Anglii bardzo licznych klubów Harriers. Do jednego z takich Harriers, mianowicie do Blackhead Harriers, należy też obecny rekordzista świata na 800 m i 1 milę angielską Sydney Wooderson.

Pierwszy bieg na przełaj w roku 1868 odbył się dla uczczenia myśliwskich tradycyj. W początkowym okresie organizacji biegów na przełaj, biegi te miały charakter zabaw, gdyż „trail-layers" wyznaczyciele trasy uciekali na przodzie z domniemaną zwierzyną, a członkowie Harriers ich gonili, upodabniając się do zgrai psów, goniących wytropione zwierzę.

W klubach angielskich sezon biegów na przełaj rozpoczyna od pierwszej soboty października do ostatniej soboty marca. W ciągu całego tego okresu członkowie poszczególnych Harriers zbierają się w każdą sobotę w swoich ośrodkach treningowych, celem odbycia wspólnego treningu biegowego. Przychodzą wszyscy, starzy i młodzi, wszyscy wyruszają we wspólnej gromadzie na jednej trasie. Trasa ta jest z góry wyznaczona i wytyczona. Pierwsze tygodnie biegów przełajowych poświęcone są tylko na treningi i zaprawę. Dopiero po początkowym 4—6 tygodniowym okresie zaprawy kluby zaczynają zapraszać do siebie inne drużyny, nieco później odbywają się spotkania rewanżowe. Spotkania te jednak nie mają nic wspólnego z normalnymi zawodami. Posiadają one przede wszystkim charakter masowy, gdyż obowiązkiem każdego członka klubu Harriers jest wzięcie udziału w takim przyjacielskim spotkaniu. Zwykle z każdej strony bierze udział po paruset biegaczy. Podczas takich spotkań nikt nie oblicza punktacji, nikogo też nie obchodzi ile pierwszych miejsc zajął ten czy inny klub. Nie ma walki o poszczególne miejsca, jest to raczej wspólna wycieczka biegowa. Większość ćwiczących biega dla samej przyjemności biegania. Tempo w takich biegach „towarzyskich" też nie jest szybkie, biegacze podczas biegu mają okazję „podziwiać" krajobraz i zabawiać się „towarzyską" rozmową.

Nie wszyscy pozostają obojętni na współzawodnictwo. Jednak procent ćwiczących, którzy potem udzielają się zawodom biegowym w naszym pojęciu jest nieduży. Dosyć powiedzieć, że na 400—500 członków jednego z większych Harriers, tylko 40—50 staje w okresie późniejszym do zawodów sportowych. Reszta natomiast nie zaryzykowała by nawet wzięcia udziału w biegu propagandowym, mającym charakter punktowanych zawodów. Te 10—20% traktujących bieg „na serio" bierze po 4-miesięcznej zaprawie udział w mistrzostwach hrabstw, później w mistrzostwach Regionu Północnego i Południowego i wreszcie w mistrzostwach Anglii.

Duża popularność i uprawianie biegów na przełaj spowodowało też, że Anglia już w roku 1907 w Glasgow odbyła pierwszy mecz międzypaństwowy z Francją. Było to na długo zanim odbywały się pierwsze spotkania międzypaństwowe w lekkiej atletyce. Dwumecz Francja — Anglia w biegach na przełaj, później przeobraził się w Cross Pięciu Narodów, z drużyn kontynentalnych bierze w nim udział jeszcze i drużyna belgijska.

PRAWDZIWA TRASA PRZEŁAJÓW

Wyniki osiągane przez biegaczy angielskich w biegach na przełaj, pomimo starannych i systematycznych przygotowań, są stosunkowo słabe, zaznaczyć przy tym trzeba, że dystanse na zawodach oficjalnych są zawsze bardzo dokładnie wymierzane. Gdyby sądziło się o poziomie biegaczy angielskich na podstawie ich wyników w biegach na przełaj, ocena taka wypadłaby bardzo niekorzystnie. Otóż okazuje się, że trasy angielskich biegów na przełaj są wyjątkowo trudne. Niejednokrotnie upodabniają się one bardzo do tak modnych dziś biegów terenowych z przeszkodami. Doświadczenie przeszło 60 lat organizacji biegów przełajowych w Anglii, wykazało wielką celowość w doborze bardzo trudnych tras. Okazuje się, że aby móc trenować przez 6-miesięczny okres biegi na przełaj z pożytkiem dla zdrowia teren i trasa, na której ćwiczący będą biegali, powinna być taka, aby na niej nie można było by osiągać dużych szybkości. Lecz nie tylko te względy decydują o wyborze trasy, nie mniejszą uwagę skierowuje się również na to, aby trasa była urozmaicona i aby uwaga ćwiczących, tym samym była stale zajęta. Na typowej trasie angielskiej na przełaj, można spotkać odcinki najrozmaitsze. Są odcinki dobre, łąki, drogi polne, lecz nie mniej jest i odcinków bardzo trudnych, jak zaorane pola, grząskie błota, wszelkie przeszkody w postaci nieraz bardzo wysokich płotów itp. Jeśli pogoda na to pozwala i nie jest za zimno, wówczas biegacze mają do przebycia w bród stawy, niejednokrotnie sięgające do wysokości głowy. Takie stawy znajdują się na tradycyjnych trasach przełajowych słynnych szkół w Eton i Harrow. Podłoże większości tras przełajowych uniemożliwia elastyczny bieg z palców, a zmusza do biegu z całej stopy. Zwykle na trasie biegu na przełaj długości 15—16 klm jest 4—5 odcinków najtrudniejszych, długości nieraz kilkuset metrów, prowadzących przez zaorane pola lub grząskie błoto.

Dokładnym wytyczeniem i wyznaczeniem tras przełajowych zajmują się zwykle specjalni wyznaczyciele „trail-layers", rekrutujący się spośród starych biegaczy Harriers. Są to zwykle ludzie bardzo doświadczeni, za-



Na drapiącej przeszkodzie.

poznani ze wszystkimi możliwościami na trasie, oni też nie tylko wyznaczają trasy, lecz również ustalają stopniowanie przeszkód do przebycia. „Trail-layers" są wybierani przez resztę członków klubu, mają ogromny posłuch, są wyrocznią w tym względzie i zwykle zachowują swoje mandaty do końca życia, aczkolwiek czynnie swe funkcje spełniają tylko do 50 roku życia. Takich „trail-layers" w każdym klubie jest 3—4. „Trail-layers" nie wybierają na każdy sobotni bieg nowej trasy, mają oni zwykle już wybranych kilka tras, dokładnie przestudiowanych i zaakceptowanych przez... właścicieli terenów, przez które taki bieg będzie prowadził. Bez ich zgody nie można byłoby biegać po ich własności. Każdy klub posiada kilka, kilkanaście lub nawet kilkadziesiąt tras, każda jest dokładnie wymierzona i rozplanowana, oznaczony specjalnym numerem szkic wisi w domku klubowym. Przed każdym biegiem wybór trasy następuje w drodze porozumienia się między „trail-layers" a kapitanem sportowym klubu. Wybór tej czy innej trasy jest uzależniony od pogody, stanu prac rolnych na danym odcinku itp. Funkcja „trail-layers" nie polega jednak tylko na samym wyborze i wyznaczaniu tras przełajowych, w ich zakresie działania leży również uzyskiwanie zgody od właścicieli terenów, przez które bieg ma prowadzić, oni też zwykle zdobywają protektorów honorowych dla klubu spośród okolicznych właścicieli wielkich własności ziemskich. Członkowie Harriers starają się odwdzięczyć się swym protektorom w inny sposób. Mianowicie w okresie trwania zimowego sezonu biegów na przełaj, odbywają się specjalne przyjęcia dla nich tzw. „wieczory farmerów", połączone z koncertami i zabawami towarzyskimi.

DYSTANS BIEGÓW NA PRZEŁAJ

W przeciwieństwie do tego, co się widzi w Europie i u nas w Polsce, gdzie długość biegów na przełaj rzadko przekracza odległość 5 klm, w Anglii już pierwszy bieg treningowy na początku października odbywa się na dystansie 10 klm. Na początku listopada dystans ten ulega powiększeniu do 12,880 metr. — 8 mil. angielskich, a w grudniu długość przełai już wynosi 10 mil — 16 klm. Najdłuższym biegiem na przełaj w Polsce jest bieg o mistrzostwo Polski, który w tym roku odbędzie się w Lublinie. Ma on wynosić 10 klm, lecz zwykle nie jest on dłuższy aniżeli 8—9 klm. Na tegorocznych narodowych biegach na przełaj, długość biegu powiatowego względnie miejskiego będzie 5 klm, biegu okręgowego 6, a centralnego — 7 klm. Większość natomiast biegów propagandowych, organizowanych przez kluby, okręgi lub wydawnictwa waha się w granicach 3—4 klm. Krótki bieg na przełaj daje pożytek bardzo mały, może

nawet być szkodliwy. Anglicy właśnie w długich przełajach widzą bezpieczeństwo. Na podstawie wieloletnich doświadczeń, twierdzą oni mianowicie, że długi dystans biegu zmusza biegacza do regulacji tempa i uniemożliwia mu trwonienie sił i przemęczenie. Wytyczenie tras przełajowych po terenie miękkim wpływa doskonale na rozwój mięśni. Biegacze wszystkich dystansów w Anglii, wyjąwszy biegaczy biegów najkrótszych, biegają przełaje. Średniodystansowcy, biegają razem z długodystansowcami zgodnie z programem Harriers i stają nawet do zawodów mistrzowskich, które zwykle odbywają się na dystansie najdłuższym tzn. 16 klm.

TRENING

Raz na tydzień przełaje biegają zwykli członkowie Harriers, którzy bieg traktują jako przyjemność samą w sobie. Natomiast ci nieliczni, którzy posiadają chęć i warunki do brania udziału w zawodach, poddają się treningowi bardziej regularnemu. Trenują oni mianowicie 3 razy w tygodniu. Raz na tydzień, to znaczy w każdą sobotę biegają dystans najdłuższy 14—16 klm, razem ze wszystkimi członkami Harriers. Bieg taki odbywa się na typowej trasie przełajowej ze wszystkimi jej przeszkodami. We wtorki i czwartki trenują natomiast wieczorami po zakończeniu pracy w biurach czy też fabrykach. W te dnie dystans treningowy jest krótszy i wynosi około 5—7 klm i odbywa się w warunkach jakie znajdują się w pobliżu miejsca zamieszkania, wzdłuż torów kolejowych, chodników w parkach itp. Raz w tygodniu dowolnym każdy biegacz odbywa marsze od 1½ do 2 godzin w tempie 6—7 klm na godzinę.

W samym Londynie Harriers w dni powszednie trenuje w zimie również na bieżniach londyńskich stadionów.

Biegacze przygotowujący się do zawodów są otaczani bardzo ścisłą opieką. Opieka ta ma na celu zapobiegnięcie ewentualne przemęczeniu, jak również zbyt wczesnemu uzyskaniu szczytowej formy. Opiekunem zwykle jest trener, który dawniej był doskonałym biegaczem; trenerowi pomaga masażysta, nadzór sprawują kapitan klubu i lekarz. Lekarz poddaje biegaczy okresowym badaniom, kontroluje ściśle wagę ciała itp.

Trener w Anglii rzadko kiedy ma za sobą naukowe przygotowanie takie, jakie dają wyższe zakłady wychowania fizycznego. Całą swoją wiedzę zwykle opiera na własnym doświadczeniu i obserwacji innych ćwiczących. Stronę naukową w klubie Harriers reprezentuje kapitan sportowy, człowiek posiadający specjalne naukowo-sportowe przygotowanie. W ten sposób biegacz, który chce stanąć do zawodów mistrzowskich, jest poddany bardzo ścisłej kontroli; zaznaczyć trzeba, że ta kontrola jest też jednym z czynników, dla których tak niewielki procent ćwiczących przełaje staje do właściwych zawodów.

Gdyby się chciało wyciągnąć wnioski z przygotowań angielskich biegaczy, trzeba byłoby stwierdzić, że bieganie aż tak długich przełai wpłynąć musi doskonale na formę nawet średniodystansowców. Wiedzieć trzeba, że Wooderson rokrocznie biega długie przełaje, nawet niejednokrotnie je wygrywał, a jednocześnie w lecie posiadał taką szybkość, że mógł ustanowić rekordy świata na 800 mtr i 1 milę angielską. Również i Lovelock posiadał ogromną wytrzymałość. Przed Olimpiadą w Berlinie, Lovelock nawet zastanawiał się, co w Berlinie będzie biegał — 1.500 mtr czy 5 klm; był zgłoszony do obu tych biegów i tylko układ programu, zmusił go do rezygnacji z biegu na 5 klm.

Lovelock na parę tygodni przed Igrzyskami w Berlinie, na mistrzostwach Anglii wygrał bieg 3 mile ang. w czasie 14:23, co daje około 15:50 na 5 klm. Zdobycie ogromnej wytrzymałości w zimie podczas długich przełai i pozwala biegaczowi dystansów średnich na całkowite zaniedbanie w lecie treningu wytrzymałości, a skierowanie całego wysiłku na szybkość. Ogromną wytrzymałością i posiadaniem nie mniejszej szybkości należy tłumaczyć szalony finisz, na który Anglicy zdobywają się na ostatnich paru set metrach w biegach średnich. Lovelock ostatnie 300 mtr na Olimpiadzie w Berlinie w biegu na 1.500 mtr pobiegł w 40,8 sek., zostawiając nieomal w miejscu swego najgroźniejszego przeciwnika Cunninghama Gdy Szabo pobiegł 3:48,6 — na ostatnie 300 mtr miał 44,6, Bonthron w swoim biegu rekordowym 3:48,8 miał na ostatnich 300 mtr 42,8, a Beccali gdy przebiegł 3:49 — równe 43 sek. Ladoumegue, Cunningham i Nurmi mieli końcówki jeszcze wolniejsze. Również szybkość Woodersona jest zdumiewająca. Trwałą kondycję i wytrzymałość można zdobyć tylko w przełaju długim. Krótkie przełaje są bardziej forsowne aniżeli biegi dłuższe.

Stanisław Petkiewicz.

MARUSARZ



Wiem, można by przytoczyć dokładny dzień, nawet godzinę i minutę jego urodzin; można by naszpikować całe strony ścisłymi datami: kiedy zobaczył po raz pierwszy w życiu narty, kiedy po raz pierwszy skoczył, po raz pierwszy upadł, kiedy i gdzie był dziesiąty, piąty, drugi, pierwszy; można by dokładnie podać, jakiego wyrobu desek, jakiej marki wiązań używa, czym i kiedy najchętniej smaruje, wreszcie, jakiego koloru swetry mu najbardziej przypadają do gustu; można nawet więcej: wleźć z kaloszami do jego duszy, grzebać w niej, wyciągać szczypcami zalety i wady, badać pod mikroskopem usterki i błędy.

Nie będę tego robił; nie potrzebuję, nie chcę. Ba, powiem od razu szczerze: nie o tego Stasia Marusarza mi chodzi, który tam gdzieś teraz kursuje pomiędzy Zakopanem a prowadzonym przez siebie schroniskiem i głowi się nad dogodzeniem gościom, nie o tego również, co to brawurowo, na śmierć i życie frunął w przestworza z progu skoczni w Lahti i co to trzęsąc się z tremy sfuszerował skok na Krokwi. Chcę naszkicować portret, narysować sylwetkę takiego Marusarza, który żyje w głębi mej jaźni jako obraz, jako symbol, jako poemat, którego pierwszą strofę wypisał żywy, istniejący człowiek, a drugą — dopowiedziała wyobraźnia.

Widzę go oto przed sobą: wysmukła postać o delikatnej, filigranowej niemal budowie, jakże jednak męskiej: cienki w biodrach, szeroki w barach, szczupły na twarzy; misternej roboty stalowa sprężyna; rasowy, ogromnie rasowy anglo-arab, cały rozluźniony, rozleniwiony, kołyszący się w chodzie, zdolny jednak raptownie wyciągnąć się w strzałę ze świstem prującą powietrze.

Dobre, ufne, szczere oczy dziecka, którego nigdy jeszcze nie oszukano, dziecka natury, które nie wie, nie rozumie, że można skrywać myśli pod mglistym płaszczem słów obłudnych, nie wie, że można życzyć komuś źle. Rękę podaje otwartą na rozcież, jak na rozcież otwarte jest serce, gotowe w każdej chwili ofiarować bezkompromisową, niezawodną przyjaźń. Usta formują się chętnie w niefrasobliwy półuśmiech, tchnący bezpretensjonalną, może nawet lekkomyślną radością istnienia. Umieją wszakże zacisnąć się mocno; nie gniew jednak, nie żadne uczucie zazdrości, czy rozgoryczenia ten twardy gest wywołują, a zdecydowanie, ambicja, zawzięta chęć pokonania przeszkody: szybciej, wyżej, mocniej!

Marusarz, góralskie dziecię, jest czystej krwi sportowcem, na skoczni i w życiu. Subtelne reguły fair-play, wyrozumowane pracowicie, systematyzowane wytrwale przez angielskich lordów, francuskich marzycieli, pedagogów i wychowawców całego świata — nie potrzebował się ich uczyć jednej po drugiej. Miał je w krwi, wyczytał z wielkiej księgi Natury, wysłuchał w halnym, w grzmocie spadającej lawiny.

Opuścił oto swe piękne góry, by udać się do Warszawy i tam, w wielkiej sali Państwowego Urzędu WF i PW otrzymać z rąk generała Sawickiego przyznaną mu przez areopag najwyższych kierowników sportu Państwową Nagrodę Sportową. Nie czuł się ani szczególnie dumny, ani też — onieśmielony. Uśmiechał się życzliwie jak zawsze, ściskał ręce jak codzień, mówił jak codzień; jeno w dobrych oczach dziecinnych zagrał jaśniej błysk wdzięczności. A potem, pierwszym pociągiem, powrócił w swe ukochane góry, do swego schroniska, do swych gości, do swych nart, do swej skoczni. Będzie dalej, tak samo jak dotąd z większym tylko jeszcze animuszem, z większą pewnością, że należytą kroczy drogą, dzielnie zmagał się z przeciwnikami sportowymi i dzielnie zwalczał przeciwności losu. Będzie dalej człowiekiem-symbolem, wzorem sportowca i kochanym dzieckiem Tatr o jasnym, szczerym, dobrym a męskim spojrzeniu, Stasiem Marusarzem, sławnym a skromnym rycerzem śniegowego zakonu.

WIKTOR JUNOSZA.





XX SEJMIK P. Z. T. W.

Na sali Warszawskiego Towarzystwa Wioślarskiego obradował XX-ty sejmik wioślarzy. Imieniem Zarządu P. Z. T. W. sprawozdanie ogólne złożył v.-prezes inż. A. Loth. Sprawozdanie sportowe złożył red. Długoszewski, sprawozdanie referatu turystyki p. Grzelak, poczem rozwinęła się obszerna dyskusja. Pierwsze wystąpiły kobiety w obronie swych praw, które w łonie zarządu P. Z. T. W. nie znajdują dostatecznego wyrazu. Wioślarstwo kobiece chciałoby sięgnąć po sukcesy na terenie międzynarodowym, chciałoby uczestniczyć w mistrzostwach Europy a regulamin F. I. S. A. nie daje im tych możliwości, zmiany zaś w kierunku żądanym przez nasze wioślarki nie były dość mocno stawiane na kongresie F. I. S. A. przez naszych delegatów. Drugą burzę wywołała sprawa łodzi, wracających z mistrzostw Europy w Mediolanie, które nie zostały po dziś dzień wykupione i czekają na bocznicy kolejowej w Poznaniu. Oczywiście, że tego rodzaju konserwacja sprzętu na pewno pozostawi odpowiednie ślady na jakości sprzętu. Najpikantniejszym w tej całej sprawie jest fakt, że łodzie te (skif Verey'a i dwójka ze sternikiem) wysyłane z Poznania do Mediolanu przesyłką pospieszną kosztowały 3 razy mniej niż wynosi kwota, jaką należy zapłacić za przewóz tych łodzi z Mediolanu do Poznania przesyłką osobową i że trudno jest dziś powiedzieć na pewno, czy przypadkiem suma za transport nie przewyższy lub co najmniej dorówna obecnej wartości tych łodzi, a więc czy w ogóle warto je w tych warunkach wykupywać?

Trzecim zagadnieniem była pewna obojętność władz dla wioślarstwa, które żyje tradycją obecności Głowy Państwa na regatach o mistrzostwo Polski i chciałoby tę tradycję wszelkimi siłami utrzymać. Wioślarze mogą służyć za wzór dobrej gospodarki klubowej i przy tym wszystkim ta gałęź sportu ma już swoją murowaną pozycję w sporcie międzynarodowym.

Sejmik zwrócił uwagę na fałszywą politykę władz szkolnych, która doprowadziła niektóre z pośród pięknie rozwijających się szkolnych klubów wioślarskich do upadku a nawet niekiedy do całkowitej likwidacji („K. W. Brda" przy Państw. Gimn. Humanist. w Bydgoszczy) działalności. Zarząd P. Z. T. W. ma zabiegać o zmianę stanu istniejącego. Czwartym zagadnieniem była sprawa międzynarodowych kontaktów, a w związku z tym kwestia prowadzenia przygotowań olimpijskich przy czym za rzecz niezmiernie ważną uznano konieczność starań o sprowadzenie do Polski trenera angielskiego. W obecnym sezonie jest to już spóźnione jednak już w październiku ta sprawa musi być postanowiona i załatwiona; inaczej bezcelowe będą późniejsze żale i tłumaczenia. Przy omawianiu kalendarzyka imprez P. Z. T. W. zwrócono uwagę na konieczność szkolenia kadr instruktorów oraz podwojenia poziomu osad wieloosobowych. Wreszcie postanowiono zabiegać o możliwości odpowiedniego rozwoju dla polskiego budownictwa sportowego w wioślarstwie, zapadła również uchwała opodatkowania się Towarzystw wioślarskich na F. O. N. oraz przesłano depesze hołdownicze do Pana Prezydenta R. P. i Marszałka Śmigłego-Rydza.

W. K.

CO TO JEST JIU - JITSU?

Jiu - Jitsu (czytaj: dżiu - dżitsu) jest to system walki wręcz, podobnej do zapasów swą formą zewnętrzną, efektem zaś zbliżającej się do boksu, gdyż celem jiu - jitsu jest obezwładnienie przeciwnika. Wartość ogólna tego sportu, jak wszystkich sportów o charakterze **bojowym** polega na przygotowaniu fizycznym osobnika do starcia bezpośredniego, wyrobieniu, siły woli, chęci zwycięstwa za wszelką cenę, a więc oporu w walce, nauczeniu szybkości orientacji, oraz szybkiego i zręczniejszego od przeciwnika użycia własnych sił. Walka czyni człowieka wogóle, a żołnierza w szczególności wytrzymałym na ból i zmęczenie, uczy pokonywać przeciwnika w zetknięciu się z nim, a wreszcie budzi zaufanie we własne siły. Jiu - jitsu jest to japoński **system samoobrony.** System ten za pośrednictwem Anglii dostał się do Europy. Jeżeli jednak nie zyskał on sobie szerokich kół zwolenników i ćwiczących, to przedewszystkim dlatego, że jest on nadzwyczaj trudny do opanowania, a pozatem wymaga bardzo higienicznego i niełatwego trybu życia. Jest to jeden z najstarszych systemów samoobrony, który Japończycy znali na setki lat przed Narodzeniem Chrystusa. Historia mówi, że już w r. 200 przed N. Chr. poddani mikada (cesarza) japońskiego **bez broni** walczyli przeciw nieprzyjacielskim plemionom i pokonali je dzięki umiejętności jiu - jitsu. Wprawdzie przeciwnicy nie znali wówczas broni palnej i walczyli dzidami i tym podobną bronią, jednak nie zmniejsza to w niczym zwycięstwa Japończyków — którzy, dzięki swym śmiertelnym uderzeniom i bolesnym chwytom „ranili" ciężko wroga. Od tego czasu sztuka jiu - jitsu rozwinęła się i rozpowszechniła bardzo, jednak chwyty zasadnicze Japończycy trzymali w sekrecie — i nie wyjawili ich Amerykanom, czy Europejczykom.

Tych śmiertelnych chwytów i uderzeń jest dwanaście — chwyty te i uderzenia są wykonywane w okolicy kręgosłupa, szyi, głowy i twarzy.

Niektóre z nich powodują chwilowy paraliż nerwów i centrów nerwowych, inne wstrzymują na chwilę cyrkulację krwi w różnych częściach ciała.

Wywołuje to odpowiednio zastosowany **ucisk** ręki, ramienia, nóg i kości kręgowych szyi, częściej odpowiednie **skręce-**

nie lub nastawienie nogi, ręki lub palców. Mistrzowie jiu - jitsu posługują się w dużej mierze chwytami zapaśniczymi, są one jednak jedynie środkami pomocniczymi do wykonania właściwych chwytów jiu-jitsu.

Jedno ze znanych niebezpiecznych uderzeń jiu - jitsu, to proste pchnięcie, wykonane przy pomocy palca wskazującego i średniego prawej ręki w t. zw. „dołek" (tuż poniżej klatki piersiowej). Palce te umie Japończyk szczególnie silnie, dzięki ćwiczeniu, usztywnić tak, że cios ten jest nadzwyczaj skuteczny i powoduje paraliż nerwu solar plexus. Uderzenie to powoduje w następstwie wstrzymanie chwilowe oddechu, osłabienie, połączone z omdleniem, a nawet wymioty. Oczywiście, skutek jest tem silniejszy, im lepsze i więcej złośliwe będzie wykonanie. Uderzenie to napozór proste, nie jest łatwe i wymaga dużej wprawy i ćwiczenia, aby było skuteczne. Oczywiście, nie można tu wyliczać i objaśniać wszystkich mniej lub więcej niebezpiecznych chwytów i uderzeń, gdyż trudne są do zrozumienia z opisu słownego. Można się ich nauczyć jedynie od instruktora. Ogółem jest ich **z górą 200.**

System jiu - jitsu u rodowitych Japończyków jest oparty na specjalnej i ściśle przestrzeganej **diecie,** która ma na celu doprowadzenie organizmu do wysokiej odporności i uzdolnienia fizycznego. Każdy muskuł jest ćwiczony i wzmacniany do granic niedostępnych dla przeciętnego człowieka. Okres pełnego treningu ciała trwa, jak uniwersytet, aż **cztery lata.** Dopiero po czterech pełnych latach regularnej, cierpliwej praktyki, uczeń może prowadzić walkę skuteczną. Główne zasady tego specyficznego treningu są następujące. Przedewszystkim kąpiel 2 razy dziennie, ćwiczący musi wypić litr czystej źródlanej wody w ciągu doby, mięsa zaś jeść nie wolno. Ryż stanowi główne pożywienie, oprócz niego ryby i owoce. Świeże powietrze i specjalne ćwiczenia w oddychaniu dopełniają całości.

Tajemnicą sztuki jiu - jitsu jest umiejętność takiego uchwycenia przeciwnika, aby go obalić i obezwładnić. Oczywiście w razie konieczności ostrej samoobrony może to spowodować nawet złamanie kości nogi lub ręki.

Powiedzieliśmy, że ucisk mięśni i ścięgien powoduje obezwładnienie chwilowe przeciwnika. Wymaga to oczywiście gruntownej **znajomości budowy ciała** ludzkiego i poznania jego słabych miejsc.

Dobrzy instruktorzy japońscy wykonują swe chwyty precyzyjnie. Jednym z bardzo ważnych i zasadniczych ćwiczeń jest wzmocnienie (stwardnienie) mięśni ręki po stronie małego palca. Na osiągnięcie tego potrzeba z górą roku codziennego systematycznego treningu. Ale też japoński instruktor potrafi uderzeniem tak zahartowanej dłoni złamać przeciwnikowi rękę lub kark.

Odporność żołądka na uderzenia jest ogromnie ważna, to też ćwiczenie mięśni brzusznych odgrywa w treningu dużą rolę. Do tych ćwiczeń dochodzi wyćwiczenie płuc i serca, osiągane przedewszystkim przez codzienne (umiejętne!) ćwiczenie oddechu, które odbywa się na początku i końcu każdej lekcji jiu - jitsu. Pozatem specjalne ćwiczenia proste wzmacniają dodatkowo serce, płuca, ramiona i ciało.

Aby posiąść prawdziwą sztukę jiu-jitsu, trzeba więc wielkiej sprawności organizmu i długoletniego systematycznego treningu. To też na świecie nie wielu jest prawdziwych instruktorów tego działu. To co się często pokazuje u nas i nazywa jiu - jitsu — jest lichą imitacją tego sportu. Zresztą prawdziwi instruktorzy jiu-jitsu nie przyjeżdżają do Europy, gdyż wiedzą, że uczniów, którzyby zechcieli 4 lata z poświęceniem pracować, nie znajdą. Nie jest to bowiem ani interesujące, ani efektowne dla widza. Stąd też wywodzi się niepopularność tego sportu w Europie. Mistrzami jiu - jitsu pozostaną zawsze Japończycy, gdyż tylko oni zdolni są na 4 lata oddać się żmudnemu, pełnemu poświęcenia treningowi. W Polsce jiu - jitsu nie przyjęło się również, choć były tu i ówdzie próby indywidualne. Pewna tylko ilość chwytów znajduje się w programie walki wręcz, opracowanym przez Akademię Wychowania Fizycznego.

J. B.



USTOSUNKOWANIE SIĘ SPOŁECZEŃSTWA JEST NAJWAŻNIEJSZYM WARUNKIEM ROZWOJU SPORTU PŁYWACKIEGO

Ilość pływalni, stojących do dyspozycji sportu jest wprost znikoma. Ilość ta powiększa się rocznie zaledwie o kilkanaście, co jest zupełnie niewspółczesne z powiększeniem się ludności kraju.

Zdawałoby się, że gros winy ponoszą władze państwowe sportowe, tymczasem jest inaczej. Główna wina leży w społeczeństwie, w jego bierności i braku zainteresowania do sportów wodnych w ogóle a pływania oraz skoków w szczególności, bowiem pływanie jako walka z żywiołem wymaga pewnego ryzyka i pewnej odwagi.

Wody u nas nie brakuje a naodwrót jest jej aż za dużo, co stwarza bardzo dogodne warunki dla uprawiania tego rodzaju sportu.

Można śmiało powiedzieć, że te właśnie dogodne warunki nie są u nas nawet w małej części wykorzystane. Co więcej znamy szereg ośrodków, gdzie piękne nowe pływalnie świecą pustkami a dawne pływalnie ku wielkiemu wstydowi władz samorządowych znajdują się w kompletnym zaniedbaniu.

Jak powiedzieliśmy powodem takiego stanu jest brak zainteresowania ze strony społeczeństwa. Ten brak z jednej strony jest przyczyną zastoju w budownictwie nowych urządzeń pływackich, a z drugiej zaś strony działa bardzo hamująco na przypływ młodzieży do szeregów pływackich.

Społeczeństwo zamieszkujące niejeden duży miejski ośrodek jako tłumaczenie swej bierności podaje brak odpowiednich pływalni, twierdząc, że wraz z urządzeniami wzrośnie i zainteresowanie. Takie postawienie kwestii jest z gruntu fałszywe.

Zainteresowanie do tego rodzaju sportu winno zawsze wyprzedzać wprowadzanie inwestycyj a nie naodwrót.

Tam gdzie było właśnie naodwrót i gdzie baseny powstały jedynie dzięki zainteresowaniu władz a nie społeczeństwa, tam właśnie pomimo urządzeń sport ten w dalszym ciągu się nie rozwija.

Dziś każdemu w społeczeństwie, który upomina się o wybudowanie urządzeń sportowych a zwłaszcza basenu winno się postawić pytanie. Co



zrobiono dotychczas w kierunku poprawienia sytuacji a więc np.:

Czy przy użyciu miejscowych zasobów nie dałoby się wybudować małego kąpieliska?

Czy przeprowadzono kalkulację i wstępne mianowania we własnym zakresie?

Czy obrano odpowiednich ludzi, którzy mają o tę sprawę troszczyć się?

Czy zwracano się w tej sprawie do kogo, kiedy i ile razy?

Z doświadczenia wiemy, że tam, gdzie rodzice i wszyscy, którzy opiekują się młodzieżą, zainteresowali się kwestią budowy basenu, a nie czekali na chwilę gdy państwo samo przyjdzie z inicjatywą tam jak nie po roku, to po kilku latach są już baseny.

Państwo idzie na rękę inicjatywie i tym możemy tłumaczyć budowę pływalni tam nawet, gdzie sprawa nie była tak pilna.

Nie mniej ważną kwestią jest należyte wykorzystanie basenu. Tu również stoi na przeszkodzie bierność społeczeństwa i brak ludzi chętnych do pracy organizacyjnej.

Należy stwierdzić, że nasze baseny nie są należycie wykorzystane z wyjątkiem naturalnie krytych, ale i tu przy trochę większym zainteresowaniu się można zrobić wiele.

Jak wspominaliśmy bierność wpływa również hamująco na naturalny pęd młodzieży ku wodzie.

W roku bieżącym Polski Związek Pływacki rzucił hasło „Wprowadźmy przymus nauczania pływania w 5 i 6 klasie szkoły powszechnej".

Hasło to znalazło oddźwięk w szeregu ośrodków. Podchodzono do tego zagadnienia nieufnie ale stopniowo stosunek — zmieniał się na krańcowo przeciwny.

Przykładem ośrodka gdzie rozwiązano zagadnienie w myśl planów PZP jest Lublin. Mały i niedostateczny basen był formalnie oblegany przez młodzież ku wielkiemu niezadowoleniu tych, którzy przyzwyczaili się uważać go za miejsce plażowania i wycieczek. Szkoła za szkołą pod opieką wychowawcy i pod okiem najwyższych władz przychodziły na basen, gdzie z radością uczyły się pływania. Kilka tysięcy przeszkolonej młodzieży domaga się już teraz nowego basenu odpowiedniego dla Lublina, basenu którego budowa wkrótce się rozpocznie.

Ażeby nie zrobić nikomu przykrości i wstydu nie będziemy wymieniać tych ośrodków, które posiadają luksusowe baseny a nie umieją zorganizować nauczania nawet jednej szkoły. Jest to przykład nieudolności i niezrozumienia zasadniczych zagadnień związanych z usportowieniem kraju.

Powstaje pytanie, co zrobić, by wzbudzić w społeczeństwie zainteresowanie do pływactwa. Próby PZP czynione stale dały w roku bieżącym niezłe wyniki. Zapał i wiara w swoje czyny udzieliły się zagorzałym pesymistom i potrafiły obudzić nawet mocno śpiących.

Wysiłki PZP poparte bardzo wydatnie przez Polskie Radio i prasę nie poszły na marne.

Jednocześnie doświadczenia tegorocznej pracy prowadzonej energicznie na terenie całego Państwa pozwoliły wyciągnąć szereg wniosków, z których najważniejszymi są: rozbudzenie społeczeństwa i doświadczenie, że przełamać bierność można tylko drogą osobistego kontaktu.

Koniecznym jest osobisty kontakt organizatorów z poszczególnymi środowiskami i to organizatorów pełnych zapału, optymizmu, niezrażających się przeszkodami.

Do tego najbardziej nadają się fachowcy tj. instruktorzy pływania, którzy osobistymi przykładami, pokazami i fachowymi radami mogą wzbudzić zainteresowanie a jednocześnie wybrać odpowiednich ludzi dla kontynuowania dalszej pracy.

Możemy śmiało powiedzieć, że jeśli uda się w 1939 roku wysłać w czerwcu na prowincję po 4-ch instruktorów w okręgu i paru z ramienia PZP jako inspekcjonujących, będziemy się mogli pochwalić nie 25.000 wyszkolonej młodzieży, lecz liczbą o wiele większą.

Zagadnienie kontaktów ze społeczeństwem w celu jego obudzenia i zorganizowania wcale nie jest mniej ważne od zagadnienia budowy basenu czy też sprowadzania wybitniejszych trenerów.

St. C.

„Kurier Łódzki".



MOJA OPOWIEDŹ p. TURYŚCIE FRANCISZKOWI SAWICKIEMU

Może źle zrobiłem dając do druku pamiętnik bez uprzedniego chociażby nawet pobieżnego przyswojenia sobie tajemnic tzw. form literackich. Uczyniłem jednak zadość życzeniu niektórych kolarzy-turystów, którzy przy spotkaniu ze mną prosili o opisanie mych wrażeń z tej ciężkiej, bo w bardzo krótkim czasie i prawie za grosze odbytej, samotnej podróży kolarskiej.

Po oddaniu rękopisu do druku jedynym pragnieniem mym było, aby opis ten był czytany przez jak najszerszy ogół braci kolarskiej. No, i, choć w niezbyt dla mnie pochlebnych okolicznościach, niemniej jednak dowiedziałem się, że opowiadanie moje czytane jest naprawdę bardzo skrupulatnie. Dowiedziałem się o tym z łamów tak poważnego pisma niezależnego (bez cudzysłowu), jakim bezsprzecznie jest „Sport Polski".

Książkę profesora Rudolfa Wacka pt. „Do Anglii i Norwegii rowerem" czytałem kilka razy. Znam więc ją prawie na pamięć. Na książce tej wzorowałem się przy opracowywaniu trasy mej podróży przez Niemcy. W swej kolarskiej nieświadomości posunąłem się do tego stopnia, że uważałem za zupełnie naturalne opisanie niektórych mijanych przeze mnie miejscowości pięknymi słowami prof. Wacka. Dzisiaj wiem, że byłoby wszystko w porządku, gdyby te cytaty były ujęte w cudzysłów i opatrzone nazwiskiem autora.

Skądże jednak o tych „chwytach" literackich mógł wiedzieć kolarz, który na dobitkę nie posiada nawet najskromniejszego wykształcenia, i który pisać po polsku uczył się pokryjomu już bez mała czterdzieści lat temu? Skądże o tym wszystkim może wiedzieć kolarz, dla którego „dobre imię turystyki kolarskiej" łączy się z londonowską żądzą poznawania dalekich krain, i który „rzetelność turysty" widzi w przezwyciężeniu niezliczonych przeszkód piętrzących się na każdym kroku przed wyjazdem za granicę, w szczególności przed kolarzem, który ciężką pracą zawodową zdołał sobie zaoszczędzić bardzo nikłą ilość środków obiegowych?

Profesora Rudolfa Wacka miałem zaszczyt poznać osobiście w 1926 r. podczas mej podróży dookoła Polski.

Jestem święcie przekonany, że prof. Wacek po przeczytaniu niniejszego usprawiedliwienia nie posądzi mnie o świadomy plagiat i wybaczy wyrządzoną Mu bezwiednie przykrość.

Antoni Sienkiewicz.

NARODOWE BIEGI NA PRZEŁAJ

Na podstawie poczynionych w latach ubiegłych obserwacji, jako też opinii fachowej Polskiego Związku Lekkoatletycznego, Państwowy Urząd WF i PW wprowadził nowy regulamin narodowych biegów na przełaj. Poczynione zmiany mają na celu nadać tej imprezie nie tylko charakter masowy i powszechny, lecz umożliwić, drogą selekcji, młodym talentom zmierzenie się z zawodnikami o wyższym poziomie.

W dniu 3 maja odbędą się więc biegi narodowe miejskie wzgl. powiatowe, które przeprowadzą komendy w. f. i p. w. przy współpracy organów PZLA.

W dniu 14 maja odbędą się Okręgowe biegi narodowe na przełaj, w których uczestniczyć będzie 10 pierwszych sklasyfikowanych z każdego biegu powiatowego lub miejskiego. Organizację zapewnią Kierownicy Okr. Urzędów W. F. i P. W. przy współudziale okręgowych związków lekkoatletycznych.

W dniu 21 maja odbędzie się w Warszawie Centralny Bieg Narodowy, do którego dopuszczonych zostanie po 15 najlepszych zawodników z każdego biegu okręgowego. Organizację tego biegu przeprowadzi Kier. Okr. Urzędu W. F. i P. W. w Warszawie przy współudziale Polskiego Związku Lekkoatletycznego.

W biegach narodowych uczestniczyć mogą sportowcy zrzeszeni i niezrzeszeni, którzy ukończyli 18-ty rok życia, wykażą się zaświadczeniami, stwierdzającymi należyte przygotowanie się do biegu i świadectwem lekarskim o dobrym stanie zdrowia.

Dystans biegu na szczeblu powiatu wynosić ma 5 km, dla ewent. kategorii juniorów (od lat 16—18) 3 km, na szczeblu okręgowym 6 km, centralnym zaś 7 km.

Zgłoszenia do biegów powiatowych wzgl. miejskich wpłynąć muszą do komend w. f. i p. w. do dnia 1 maja.

Uczestnicy biegów powiatowych wzgl. miejskich otrzymają posiłki staraniem komitetu organizacyjnego, w biegach okręgowych i centralnym koszty wyżywienia uczestników pokrywa PUWF i PW. Zawodnicy zakwaterowani zostaną staraniem organizatorów.

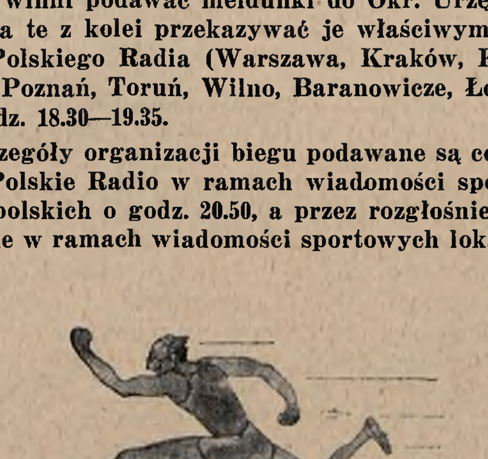
Uczestnicy biegów okręgowych i centralnego korzystają z 75% zniżki kolejowej, przy czym koszta pokrywają komitety w. f. i p. w.

PUWF i PW wzywa wszystkie czynniki zainteresowane do dołożenia wszelkich starań, aby impreza ta, o tak doniosłym znaczeniu propagandowym wypadła jak najlepiej i przyniosła jak największe korzyści.

Regulamin i wskazówki, dotyczące treningu do tego biegu wydane zostały przez PUWF i PW w formie osobnej broszury.

Jak każdego roku, „Polskie Radio" oddało się do dyspozycji organizatorów biegu. Sygnał do jednoczesnego we wszystkich miejscowościach startu dany będzie przed mikrofonem stacji Raszyńskiej 3 maja o godz. 16.20. Rezultaty biegów będą podane przez radio tegoż dnia o godz. 20.20. W tym celu poszczególni komendanci w. f. i p. w. winni podawać meldunki do Okr. Urzędów WF i PW, a te z kolei przekazywać je właściwym rozgłośniom Polskiego Radia (Warszawa, Kraków, Katowice, Lwów, Poznań, Toruń, Wilno, Baranowicze, Łódź) między godz. 18.30—19.35.

Szczegóły organizacji biegu podawane są codziennie przez Polskie Radio w ramach wiadomości sportowych ogólnopolskich o godz. 20.50, a przez rozgłośnie prowincjonalne w ramach wiadomości sportowych lokalnych.



TYDZIEŃ PO TYGODNIU

W czasie świąt odbył się w Polsce szereg **PIŁKARSKICH MECZÓW MIĘDZYNARODOWYCH.** Wisła pokonała Elektromos z Budapesztu 1:0, podczas gdy Cracovia uległa tej drużynie 0:1. Amatorski mistrz Węgier Sportgyesulete pokonał Lechię 6:1, ulegając zato Junakowi z Drohobycza 1:2. Bratislawa rozegrała dwa mecze z lwowską Pogonią, uzyskując wyniki 2:1 i0:2. Kispesti pokonał AKS 2:1, a przegrał z Ruchem 1:2. Gedania pokonała Warszawiankę 3:1, a Polonia RKS Radom 3:1. W Lublinie Unia pokonała warszawskie Okęcie 9:1.

●

NOJI wygrał bieg w Czeladzi, na dystansie 4,5 km. Skok o tyczce wygrał Mucha (3.80), skok wzwyż Rajske (1.78).

●

BIEG ULICZNY „KURIERA BAŁTYCKIEGO" w Gdyni wygrał Kramek ze Zw. Strzel.

BAWOROWSKI wygrał turniej tenisowy w Nicei, bijąc w półfinale Schrödera, a w finale Gentiena.

●

W Zakopanem odbyły się **MIĘDZYNARODOWE ZAWODY NARCIARSKIE.** W biegu zjazdowym pierwsze miejsce zajął Panek (Wisła) przed Gestreinem (Niemcy) i M. Zającem, w skokach Weiler (Niemcy) przed Kulą i Wnukiem.

●

MECZ PIĘŚCIARSKI JUNIORÓW Polska — Niemcy zakończył się zwycięstwem Niemców 12:4.

●

Reprezentacja Polski na **PIĘŚCIARSKIE MISTRZOSTWA EUROPY** w Dublinie ustalona została ostatecznie jak następuje: Jasiński, Sobkowiak, Czortek, Kowalski, Kolczyński, Pisarski, Szymura, Piłat.

CO robią inni?

Sport szkolny, sport akademicki — oto tematy powracające raz po raz pod obrady państwowych Związków oraz najwyższych instytucji sportowych. Dyskutuje się wiele, wymienia światłe myśli, pisze dużo. Raz po raz stwierdza się zdecydowanie, że bez młodzieży studiującej nie będzie wielkiego sportu, nie będzie postępów i zrozumienia dla wielkich ideałów. Niestety kończy się przeważnie na pięknych słowach. Rzeczywistość prawie się nie zmienia. Udział młodzieży szkolnej w życiu sportowym jest dorywczy, bodajże jeszcze gorzej ma się sprawa z młodzieżą akademicką. Nie jest tu miejsce na przeprowadzenie analizy dlaczego się tak dzieje, ani na zasadnicze ujęcie zagadnienia. Chcieliśmy jedynie pokrótce stwierdzić, że nie jest dobrze a wina w tym nie tyle młodzieży, która chętnie garnie się do sportów, lecz braku organizacji a przede wszystkim... możliwości uprawiania ćwiczeń fizycznych, czy to w formie zawodniczej walki, czy też dla własnego udoskonalenia się.

Gdy słyszymy, jak dzieje się gdzieindziej, rozumiemy, dlaczego sprawa stoi u nas niemal na martwym punkcie. Sport akademicki wywodzi się z Anglii (o ile nie cofniemy się jeszcze bardziej wstecz do czasów heleńskich, w których kultura ducha i ciała tworzyła nierozerwalną całość). Angielskie uniwersytety Oxford i Cambridge stały się pionierami wielkiego ruchu sportowego i dziś jeszcze są jego potężnymi promotorami. Z Anglii sport przedostał się do Ameryki, gdzie odpowiednikiem dwu słynnych uniwersytetów angielskich są uniwersytety Harward i Yale, toczące zacięte walki o prymat na wszelkich możliwych polach. Dołącza się do nich jeszcze uniwersytet Princeton. Na uniwersytetach tych sport jest w pierwszych dwu latach przedmiotem obowiązkowym. Wyniki są dostatecznie znane.

Studenci amerykańscy są o tyle w szczęśliwym położeniu, że nie potrzebują się troszczyć, gdzie uprawiać swój ulubiony sport. Taki uniwersytet Yale posiada n. p. plac do gry w baseball na 12.000 widzów. Obok niego mniejszy dla juniorów. Posiada własne boisko lekkoatletyczne z trybunami, 40 kortów tenisowych, krytą halę zimową o rozmiarach 96 × 48 m. Posiada stajnie i place do gry w polo, 10 boisk piłkarskich, 7 dla innych gier, 2 place golfowe. Sale gimnastyczne, szermiercze, kryty basen. Obok tego — stadion na 76.000 widzów. I jak tu nie uprawiać sportu?

Na uniwersytetach niemieckich rozwijała się przed wojną gimnastyka przyrządowa, no i fechtunek burszów. Po wojnie powstały specjalne akademie w. f. i wreszcie wprowadzono na pierwszych trzech semestrach sport jako przedmiot obowiązkowy. Obejmuje on **100 godzin wykładów** oraz egzamin końcowy. O ile słuchacz nie osiągnie wymaganego minimum, zostaje **wykluczony.** Niemieckie wyższe szkoły nie posiadają wprawdzie urządzeń na miarę amerykańską, jednak do dyspozycji ich stoi dostateczna ilość najrozmaitszych obiektów sportowych, tak, że nie ma obawy, by zabrakło okazji.

Nie ulega wątpliwości, że problem sportu szkolnego i akademickiego łączy się ściśle z kwestią dostatecznej ilości urządzeń, a pod tym względem dalecy jesteśmy od najkonieczniejszego minimum!

●

Narciarze fińscy obchodzili złote gody. Wprawdzie pierwsze większe imprezy narciarskie odbywały się już od r. 1883, jednak regularny ruch rozpoczął się dopiero w r. 1889, biegiem w północnym Oulu, w którym uczestniczyło 73 zawodników. Imprezę tę powtarzano od tego czasu regularnie co roku za wyjątkiem r. 1917.

Cechą charakterystyczną zawodów w Oulu było to, że przez 35 lat trasa prowadziła przez 30 km pobliskiego **jeziora,** bieg był więc zupełnie płaski i uchodził za oficjalne mistrzostwo Finlandii. Pierwszym mistrzem tego rodzaju został w 1889 r. 44-letni Aspo Luomajoki. Nie było to zresztą przypadkiem, gdyż w dwa lata później powtórzył swój triumf.

Walki w Oulu odbywały się do r. 1913 o stawki pieniężne, dopiero później przychylono się do idei amatorskiej. Oulu uchodziło do 1910 r. za centrum sportów zimowych Finlandii. Odbywały się tam nie tylko biegi na 10, 20, 30 km — wszystkie na jeziorze — ale też biegi na szybkość, wyścigi rysaków, skikjöring z reniferami.

Tegoroczne uroczystości jubileuszowe w Oulu zawierały też w programie bieg dla weteranów na 5 km. Uczestniczył w konkurencji tej również jeden z uczestników pierwszego biegu w r. 1889. Miał on wówczas 17 lat.

W ostatnich 15 latach punkt ciężkości narciarstwa przesunął się na południe i kulminacyjnym wydarzeniem sezonu są igrzyska Salpausselkä, urządzane każde-

go roku w Lahti, które jest obecnie centrum sportu narciarskiego Suomi. Niemniej jednak nie zapomniano o Oulu, który zajmuje poczesne miejsce w rozwoju fińskiego narciarstwa.

Zaznaczyć należało by jeszcze, że po r. 1924 większość imprez odbywała się na taflach jezior, dopiero później przeniesiono się na ląd.

•

Gdy jesteśmy już przy wspomnieniach, warto zaznaczyć, że słynna **wieża Eiffel** obchodziła 29 marca 50 rok życia. Interesuje ona sportowców o tyle, że pomysł zbudowania jej zmusił konstruktora do pewnych specjalnych badań, których kontynuowanie umożliwiło doprowadzenie **sportu motorowego i awiacji** do dzisiejszego wspaniałego stanu. Chodzi o problemy aerostatyki i aerodynamiki, które inż. Eiffel musiał rozwiązywać bez pomocy dzisiejszych przyrządów. Genialną intuicją potrafił ustalić formułki tyczące się naporu wiatru itp., dzięki którym mógł przystąpić do planów konstrukcji wielkiego dzieła. Dumna budowa świadczy najlepiej o wartości owych pierwszych formułek, które stały się bodźcem do dalszych badań na polu aerodynamiki. Ostateczne rezultaty ich są znane. Z roku na rok zwiększa się szybkość, powstają nowe modele statków, samolotów, aut i pocisków.

•

Na ostatnim walnym zgromadzeniu **Angielskiego Związku Lekko-Atletycznego** wypłynął też wniosek odwołania spotkania międzypaństwowego z Niemcami. Przeciwstawił się temu prezes Związku lord Burghley, słynny dawniej płotkarz. Stanął on na stanowisku, że **sportu nie należy mieszać z polityką.**

Stanowisko lorda Burghleya, który był zawsze sportowcem-dżentelmenem zasługuje na pełne uznanie. Należało by jednak dodać małe zastrzeżenie. Zasada obowiązywać ma **obie strony,** a raczej wszystkich. Z chwilą gdy sport staje się w pewnych krajach narzędziem polityki, gdy w pismach sportowych zjawiają się na naczelnych miejscach artykuły wybitnie polityczne, gdy na zawodników nakłada się obowiązek wykazywania się wiadomościami z obowiązującej w danym kraju ewangelii światopoglądowej, to — niestety trudno to pogodzić z pojęciem czystego sportu, którego najszczytniejszym celem i właściwym ideałem jest stworzenie fizycznie i psychicznie zdrowej młodzieży.

Słynny as pływactwa węgierskiego **dr Csik,** który wygrał bieg na 100 m w czasie Igrzysk berlińskich, wycofał się z czynnego życia. Nie zrywa on jednak kontaktu ze sportem pływackim; oddał się on do dyspozycji związku węgierskiego w charakterze trenera amatorskiego.

•

Brazylia ogłosiła bojkot towarów argentyńskich. Dlaczego? Czyżby Argentyńczycy dopuścili się jakiegoś wielkiego grzechu w stosunku do raju kawowego?

Bynajmniej. Przyczyną wojny gospodarczej jest — **piłka nożna.** W czasie meczu międzypaństwowego doszło do wielkiej awantury i przerwania gry. I to jest właśnie przyczyną niecodziennej decyzji gorącokrwistych Brazylijczyków.

•

Lepiej to być kobietą. Stara historia, panie zawsze i wszędzie mają fory a już szczególnie we Florencji. Bilet wejściowy na mecz z Niemcami kosztował tam dla mężczyzny 30 lirów, a dla płci pięknej tylko 20 lirów. Powód wcale nie taki głupi jak by się zdawało.

Mądrzy organizatorowie wyszli ze słusznego założenia, że niejedna małżonka skazana na samotne spędzenie popołudnia zatrzyma mężulka w domu. Lepiej więc zachęcić panie do pójścia na mecz a na pewno wyciągną już swoje brzydsze połowy.

Pomysł nie jest zresztą nowy ani oryginalny. Zrodził się on przed kilkoma laty w Wiedniu.

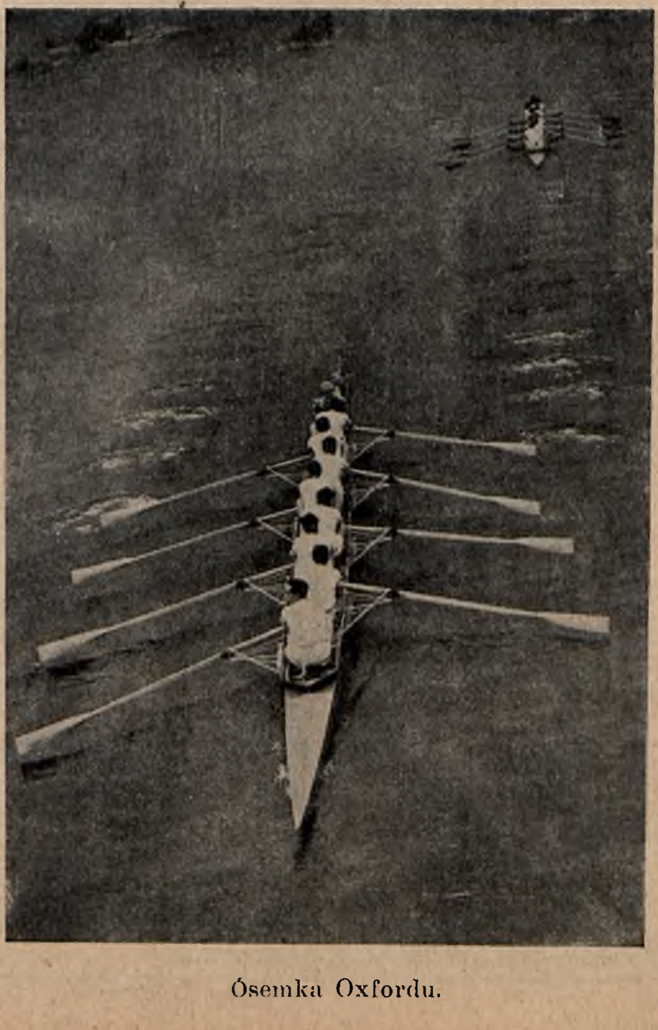
Piłka nożna i płeć piękna — oto temat, którym zajmowali się również dostojni panowie jugosłowiańskiego ZZ. Futbol jest u naszych bałkańskich przyjaciół sportem bardzo popularny. Panie pozazdrościły mężczyznom laurów na boisku i zaczęły organizować drużyny, a nawet specjalny związek futbolistek. Nie spodobało się to jednak naczelnej władzy, która wyszła z założenia, że **piłka nożna nie jest sportem dla kobiet** i wydała słuszne zarządzenie, zakazujące uprawiania gry tej przez przyszłe matki.

•

Dobry dowcip udał się jednej z gazet berlińskich z okazji 1 kwietnia. Zaawizowała ona mianowicie wynalazek nowego aparatu rejestrującego bezbłędnie wszystkie rzeczywiście zdobyte bramki.

Genialny ten aparat miał opierać się na następujących przesłankach: Przy pomocy ultrakrótkich promieni, czerpiącej energię ze zwykłej czterowoltowej baterii lamp kieszonkowych, miało powstać w bramce pole wrażliwe na żółty kolor. Gdyby więc piłka w czasie gry dostała się na to pole (tuż za słupkami) nastąpił by automatycznie donośny sygnał akustyczny. Zdobyta bramka byłaby rejestrowana z matematyczną dokładnością i nie mogło by być mowy o przeoczeniach sędziego.

Wiadomość o cudownym aparacie zrobiła silne wrażenie, i podobno znalazło się wielu reflektantów, którzy zwrócili się do redakcji z prośbą o podanie jak najszybciej adresu odpowiedniej wytwórni.



Ósemka Oxfordu.

NOWE KSIĄŻKI

Z inicjatywy i dzięki pomocy materialnej Państwowego Urzędu WF i PW ukazała się, jako tomik nr 46 „Biblioteczki Sportowej” — pod nazwą „Z plecakiem przez Karpaty” podręcznik turystyki górskiej letniej i zimowej Adama Zielińskiego.

Spora ta, bo licząca ponad 160 str. książeczka zawiera wyczerpujące wiadomości, dotyczące organizacji i przeprowadzenia wycieczek turystycznych, oporządzenia, sprzętu, odżywiania, higieny, orientacji w terenie, czytania mapy, postępowania w razie wypadków, niesienia pierwszej pomocy, jak również dane co do zagospodarowania turystycznego Karpat, szlaków i ich znakowania, organizacyj turystycznych i narciarskich.

Podręcznik poprzedza przedmowa pióra płk. Władysława Ziętkiewicza, którą w swoim czasie drukowaliśmy w „Sporcie Polskim” in extenso, a z której obecnie powtórzymy następujący ustęp:

„Turystyka współczesna wyrabia nie tylko mięśnie, płuca, serca, ale stwarza mocnego człowieka, uodpornionego na wszelkie trudy i przeciwności życia, przysposabia dobrego żołnierza, orientującego się świetnie w terenie, dającego sobie radę w każdym położeniu, rozumiejącego i kochającego niefałszowaną przyrodę”.

Obficie ilustrowany podręcznik A. Zielińskiego kosztuje 3 zł. 80 gr.

NASTĘPNY FIS W NORWEGII

Zgodnie z uchwałą ostatniego kongresu Międzynarodowej Federacji Narciarskiej, Narciarskie Mistrzostwa Świata w roku przyszłym odbędą się w Norwegii. Zawody odbędą się między 24 lutego a 4 marca w dwóch częściach: konkurencje klasyczne w Oslo, alpejskie w miejscowości Rjukan w prowincji Telemarken, ojczyźnie jazdy krzywoliniowej na nartach. Program szczegółowy nie został jeszcze opracowany.

Organizację zawodów FIS w roku 1941 obejmuje Federazione Italiana Sport Invernali. Jako miejsce rozgrywek ustalono Cortina d'Ampezzo w Dolomitach włoskich. Uchwała ta została powzięta prowizorycznie na posiedzeniu Zarządu Federacji w dniu 13. lutego w Zakopanem i będzie przedstawiona kongresowi F. I. S. w Budapeszcie w roku 1940 do aprobaty. Stanowi to wszakże czystą formalność. O organizację Zawodów FIS w roku 1942 ubiegają się Stany Zjednoczone, Jugosławia i Niemcy. Największe szanse ma Jugosławia, która odstąpiła organizację zawodów w r. 1941 Włochom. Na rok 1943 wysunięto ewentualną kandydaturę Kanady, podczas gdy następny FIS został już niemal definitywnie przyznany Związkowi Szwedzkiemu.

NOWI CZŁONKOWIE FIS

Zarząd Międzynarodowej Federacji Narciarskiej postanowił przyjąć na członków FIS związki narciarskie Danii i Liechtensteinu, co będzie stanowiło pewną kompensatę liczbową za ubytek Austrii, HDW, oraz Szwedzkiego Związku Finlandii, który na podstawie uzyskanego porozumienia ma stać się częścią Suomen Hiihtoliitto. Związek Czeski będzie prawdopodobnie przyjęty do Federacji w miejscu Związku Czesko-Słowackiego, a przypuszczać należy, że także Słowacja będzie ubiegała się o przyjęcie do FIS.

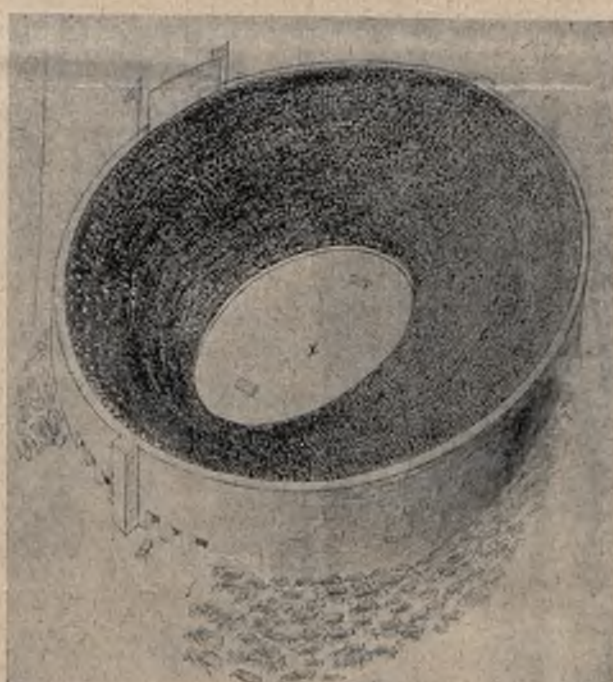
MIĘDZYNARODOWY KONGRES NARCIARSKI W BUDAPESZCIE

16-y międzynarodowy kongres narciarski ma odbyć się w Budapeszcie w dniach 12 do 17 maja 1940 roku. Przedmiotem obrad kongresu będą głównie zmiany w dotychczasowym regulaminie zawodów międzynarodowych (t. zw. IWO, względnie IRR, jak kto woli).

POCHWAŁA DYREKCJI FIS DLA SPRAWNOŚCI ORGANIZACYJNEJ POLSKIEGO ZWIĄZKU NARC.

Zarząd FIS w ostatnim okólniku — nr 3 z 30 marca podaje krótkie omówienie Zawodów FIS w Zakopanem i wyraża wdzięczność i uznanie dla sprawności organizacyjnej Polskiego Związku Narciarskiego, który pomimo niezwykle ciężkich warunków zdołał przeprowadzić na wysokim poziomie sportowym wszystkie przewidziane konkurencje.

HUMOR



— Szanowna publiczność raczy wybaczyć! Żadnego meczu nie będzie; to był żart primaaprilisowy!

Redakcja, tel. 8-63-66 i Administracja tel. 9-95-62, Warszawa, ul. Łazienkowska 3.

Prenumerata roczna — 12 zł, dla klubów zrzeszonych w Zw. Pol. Zw. Sport. — 10 zł, kwartalna — 3 zł, miesięczna — 1 zł.
Pocztowe konto rozrachunkowe nr 118 Konto P. K. O. nr 13680

Ogłoszenia: 1/1 500 zł, 1/2 250 zł, 1/4 150 zł, 1/8 80 zł.

Redaktor przyjmuje od 13—15.

Redaktor: WIKTOR JUNOSZA-DĄBROWSKI Wydawca: „KULTURA FIZYCZNA“ sp. z ogr. odp.

Zakł. Graf. „NASZA DRUKARNIA“, W-wa, Sienna 15, tel. 675-93